

PROGRAMA CLARA

La **Mancomunidad "Comarca de la Sidra"** desarrolla el **Programa Clara**, para la inserción social y laboral de las mujeres, en colaboración con el Instituto de la Mujer y cofinanciado por el Fondo Social Europeo

Este programa tiene como objetivo mejorar la empleabilidad de las mujeres que tienen dificultades para la inserción laboral a través de itinerarios de integración sociolaboral y acompañamiento personalizado. Optimizando sus **competencias, capacidades y habilidades** tanto laborales como personales.

¿A quién va dirigido?

El Programa Clara va **dirigido a mujeres desempleadas** que se encuentren en alguna de las siguientes situaciones: víctimas de violencia de género, responsables de núcleos familiares, mayores de 45 años, con discapacidad, inmigrantes y emigrantes retornadas, paradas sin titulación, pertenecientes a minorías étnicas o mujeres que han estado privadas de libertad, *en general mujeres que deseen mejorar su perfil profesional, acceder a un empleo o reincorporarse al mercado laboral.*

¿Dónde se realiza?

Se realizarán las actividades *en los concejos de Nava y Villaviciosa.*

¿Cómo se desarrolla?

El programa ofrece la posibilidad de trabajar diversos aspectos personales: autoestima, motivación, habilidades sociales y en especial, ponderar potencialidades y valía personal, a demás de la definición del perfil profesional, el conocimiento del mercado laboral, la posibilidad de participar en acciones de formación y la búsqueda activa de empleo.

Contenidos:

1. Motivación: Desarrollo personal y motivación para el empleo:
 - El cambio personal
 - Autoestima /autoconocimiento
 - Los roles de género

- Comunicación y habilidades sociales.
2. Información y orientación para la inserción laboral:
 - El desarrollo curricular
 - Informándose.
 - Eligiendo ocupaciones.
 - Planificando.
 3. Formación
 - Análisis de la oferta formativa
 4. Búsqueda de empleo y acompañamiento a la inserción
 - Expectativas sobre el empleo y el proceso de búsqueda.
 - Perfil profesional y personal.
 - Análisis del mercado laboral.
 - Alternativas ocupacionales y empleabilidad.
 - Planificación de estrategias.
 - Técnicas de candidatura y proceso de selección.
 - Revisión de mis expectativas y empleabilidad.
 - Autoempleo.

Información y contacto:

Mancomunidad Comarca de la Sidra

Programa Clara

Paraes, 47 33529 Nava

Teléfono: 985 71 84 13

e-mail: programaclara@lacomarcadelasidra.com

